

# Sommersalat mit "Spundekäse-Praline" mit Wingertsknorze

---

 [swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/swrrecipe-swr-340.html](http://swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/swrrecipe-swr-340.html)

Folge 2 - Vorspeise

## Karamellisierten Walnüsse:

---

2 EL Zucker  
10 Walnusskerne

## Spundekäspralinen:

---

200 – 250 g Frischkäse  
Salz  
je 1 Msp. edelsüßes und rosenscharfes Paprikapulver

## Salat:

---

200 g gemischte Blattsalate (z. B. Friseé, Radicchio, Feldsalat und Rucola)  
1 kleine Knoblauchzehe  
1 Walnusskern  
3 EL Balsamico bianco  
1 TL Traubenmostsenf (ersatzweise Estragonsenf)  
2 TL Weingelee  
1 EL Traubenkernöl  
2 EL Sonnenblumenöl  
2 EL Nussöl (z. B. Walnussöl)  
1 EL Basilikumöl  
2 EL gehackte Kräuter (z. B. Basilikum, Dill, Kerbel, Kresse, Petersilie oder Pimpinelle)  
Salz · Pfeffer aus der Mühle

## Wingertsknorze:

---

150g Mehl  
½ Tl. Salz  
¼ frischer Hefewürfel (ca. 10 g)  
5 Essl. Schmand

## Karamellisierten Walnüsse:

---

Für die karamellisierten Walnüsse 2 EL Wasser mit dem Zucker in einer kleinen Pfanne unter ständigem Rühren erhitzen, bis der Zucker zu karamellisieren beginnt, aber nicht zu dunkel wird. Die Pfanne vom Herd nehmen, die Walnüsse durch den Karamell ziehen und auf Backpapier abkühlen lassen. Die karamellisierten Walnüsse im Mörser zerstoßen oder in einen Gefrierbeutel füllen und mit dem Nudelholz darüberrollen. Zerkleinerte Nüsse beiseitelegen.

## **Spundekäspralinen:**

---

Für die Spundekäspralinen den Frischkäse in einer kleinen Schüssel mit Salz würzen und mit dem süßen und dem scharfen Paprikapulver abschmecken. Aus der Masse mit zwei angefeuchteten Esslöffeln Nocken formen und in den zerstoßenen, karamellisierten Walnüssen wälzen.

## **Salat:**

---

Für den Salat die Blattsalate putzen, gegebenenfalls verlesen, waschen und trocken schleudern. Die Salatblätter in mund-

## **Salat:**

---

gerechte Stücke zupfen. Für das Dressing den Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden, die Walnuss im Mörser fein zerreiben. Den Essig mit dem Senf, dem Weingelee und den Ölen verrühren, Knoblauch, Walnuss und Kräuter untermischen. Das Dressing mit Salz und Pfeffer würzen und nach Belieben noch 1 bis 2 EL Wasser hinzufügen.

## **Salat:**

---

Den Salat auf Teller verteilen, nach Belieben mit Gänseblümchen garnieren und mit dem Dressing beträufeln. Die Spunde- käspralinen daneben anrichten und den Salat servieren. Dazu passen Wingertsknorze (weinrebenförmige Roggenmehl-Knabberstangen) oder Baguette.

## **Wingertsknorze:**

---

Mehl und Salz mischen, Hefe in 2 Essl. lauwarmem Wasser lösen. Ins Mehl eine kleine Grube drücken und Hefe-Wassergemisch mit etwas Mehl mischen und kurz gehen lassen. Schmand zugeben und vermischen. Alles zu einem geschmeidigen Teig kneten (am besten mit der Hand). An einem warmen Ort etwa gehen lassen. In ein Drittel der Menge mediterrane Kräuter einkneten. Dann aus beiden Teigen bleistift dünne, fingerlange Stangen formen, in aufgeschlagenen Eiweiß auf einem Teller wenden und die neutralen Stangen in Sesam und oder Mohn wälzen. Alle auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backgitter legen. Bei 180°C hellgelb backen. Je eine Sesam-, Mohn- und Kräuterstange zum Salat beilegen.

Alexandra Damm

# Lachs an grünem Spargel mit Risolée kartoffelchen

---

 [swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/swrrecipe-swr-342.html](http://swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/swrrecipe-swr-342.html)

Folge 2 - Hauptspeise

## Für die Weinschaumsauce:

---

ca. 400 g Fischkarkassen  
1 Bund Suppengemüse  
1 Zwiebel  
3 EL Butter  
150 ml trockener Weißwein  
Salz  
1 Lorbeerblatt  
1/2 TL schwarze Pfefferkörner  
1/2 TL Pimentkörner  
2 Schalotten  
1 EL Mehl  
100 g Sahne  
Pfeffer aus der Mühle  
frisch gemahlener Piment  
frisch geriebene Muskatnuss  
1 EL Sauerampfer (in feinen Streifen)

## Für die Kartoffeln:

---

400 g junge kleine Kartoffeln  
Salz  
2 Zweige Rosmarin  
1 EL Butter

## Für den Lachs:

---

4 Lachsfilets (à 150 g; mit Haut)  
1 EL Butterschmalz  
Salz · Pfeffer aus der Mühle:

## Für den Spargel:

---

1 kg grüner Spargel  
Salz · Zucker

## **Weinschaumsauce:**

---

Für die Weinschaumsauce die Fischkarkassen zerkleinern und mehrere Stunden wässern, das Wasser zwischendurch mehrmals wechseln. Die Karkassen herausnehmen und gut abtropfen lassen.

## **Das Suppengemüse:**

---

Das Suppengemüse putzen und schälen bzw. waschen. Die Zwiebel schälen. Alles in grobe Stücke schneiden. In einem Topf 2 EL Butter erhitzen und die Karkassen mit dem Suppengemüse darin andünsten. Mit 100 ml Weißwein ablöschen und 3/4 l Wasser angießen. Aufkochen und den aufsteigenden Schaum mit dem Schaumlöffel entfernen. Etwas Salz, das Lorbeerblatt, die Pfeffer- und Pimentkörner hinzufügen und den Fond bei schwacher Hitze 1 Stunde köcheln lassen. Den Fond durch ein feines Tuch passieren und auf 300 ml einkochen (ersatzweise 300 ml Fischfond aus dem Glas verwenden). 3. Die Schalotten schälen, in feine Würfel schneiden und in der restlichen Butter andünsten. Das Mehl dazugeben und kurz anschwitzen. Mit dem Fischfond ablöschen und unter Rühren aufkochen lassen. Die Sahne dazugeben und die Sauce warm halten.

## **Das Suppengemüse:**

---

Inzwischen die Kartoffeln mit der Schale gründlich waschen und in Salzwasser etwa 15 Minuten fast gar kochen. Die Kartoffeln abgießen. Den Rosmarin waschen, trocken tupfen und die Nadeln abstreifen. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffeln mit dem Rosmarin darin bei mittlerer Hitze unter Schwenken leicht anbräunen. 6. Für den Lachs den Backofen auf 100 °C vorheizen. Die Fischfilets waschen und trocken tupfen. Das Butterschmalz in einer ofenfesten Pfanne erhitzen und die Filets darin auf der Hautseite goldbraun anbraten. Die Pfanne vom Herd nehmen, den Lachs mit Salz und Pfeffer würzen, vorsichtig wenden. Die Pfanne mit Alufolie abdecken und den Fisch im Ofen auf der mittleren Schiene etwa 10 Minuten fertig garen.

## **Spargel:**

---

Inzwischen für den Spargel den grünen Spargel waschen, im unteren Drittel schälen und die holzigen Enden abschneiden. In einem großen Topf reichlich Wasser mit je 1 TL Salz und Zucker aufkochen. Den Spargel im leicht siedenden Wasser etwa 10 Minuten bissfest garen. 7. Den restlichen Wein zur Weinsauce geben und die Sauce mit Salz, Pfeffer und je 1 Prise Piment und Muskatnuss würzen. Mit dem Stabmixer aufschäumen und den Sauerampfer vorsichtig unterheben. Den Spargel mit dem Schaumlöffel herausnehmen und abtropfen lassen. Mit dem Lachs und den jungen Kartoffeln auf Teller verteilen. Die Weinschaum-Sauerampfer-Sauce dazu servieren.

Alexandra Damm

# Rotweineis mit Schokoecken auf Beerenmus

---

 [swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/swrrezepte-swr-548.html](http://swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/swrrezepte-swr-548.html)

Folge 2 - Nachspeise

## Rotweineis:

---

3/4 l Rotwein (z. B. Dornfelder)  
1/2 Vanilleschote · 200 g Sahne  
200 g Schmand · 90 g Puderzucker

## Schokoecken:

---

Butter für die Form · 150 g Mehl  
1 Päckchen Vanillezucker  
1 1/2 TL Backpulver  
1 TL Kakaopulver · 1 Msp. Zimtpulver  
· 75 g Zartbitterschokolade  
2 Eier · 100 g Zucker  
75 ml Rotwein  
150 g weiche Butter  
100 – 125 g dunkle Schokoladenglasur  
ca. 100 g geschlagene Sahne

## Beerenmus:

---

200 g gemischte Beeren  
(z. B. Erdbeeren, Himbeeren,  
Heidelbeeren, Johannisbeeren und  
Brombeeren) · 2 EL Zucker

Für das Rotweineis 700 ml Wein bei mittlerer Hitze auf 100 ml einköcheln lassen. Nach 20 Minuten Garzeit die Vanilleschote längs halbieren und mitköcheln. Den reduzierten Wein abkühlen lassen. Die Vanilleschote auskratzen und das Mark mit der Weinessenz und dem übrigen Wein in eine Rührschüssel geben. Sahne, Schmand und Puderzucker hinzufügen und gut verrühren. Die Masse in der Eismaschine nach Bedienungsanleitung zu einem cremigen Eis gefrieren lassen.

Inzwischen für die Schokoecken eine kleine Springform (18 cm Durchmesser) einfetten. Den Backofen auf 180 °C vorheizen. Mehl, Vanillezucker, Backpulver, Kakao und Zimt in einer Schüssel mischen. Die Zartbitterschokolade grob hacken und im heißen Wasserbad schmelzen.

Die Eier mit dem Zucker schaumig rühren. Erst die Butter, dann abwechselnd den Wein und die Mehlmischung unterrühren. Die geschmolzene Schokolade unterheben. Den Teig in die Springform füllen und im Ofen auf der mittleren Schiene etwa 40 Minuten backen (Stäbchenprobe!). Den Kuchen herausnehmen und abkühlen lassen. Den Kuchen aus der Springform lösen, auf ein Kuchengitter setzen, mit der flüssigen Schokoladenglasur überziehen und fest werden lassen.

Für das Beerenmus die Beeren verlesen, waschen und trocken tupfen. Die Erdbeeren waschen, putzen und klein schneiden. Die Beeren und den Zucker in einem Topf bei schwacher Hitze etwas einkochen lassen. Mit dem Stabmixer kurz pürieren und abkühlen lassen. Das Rotweineis 15 Minuten vor dem Servieren herausnehmen. Das Beerenmus als Spiegel auf Dessertteller verteilen, das Eis portionieren und daraufsetzen. Den Kuchen in kleine Stücke schneiden und mit 1 Klecks Sahne daneben anrichten.

Alexandra Damm